

מערכת שעות 2024

שבת	שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון
10:30 L SPINNING מיטל	08:15 L HIIT תום	08:30 L PILATES אסיה	08:30 L איחון תחנות אורן	08:30 L PILATES אסיה	08:30 L BODY BALANCE מריאני	08:45 L PILATES רות
	09:00 L ZUMBA מריאני	18:00 L עיצוב אורן	18:00 L עיצוב עדי	18:15 L YOGA מור	18:00 L עיצובלאטיס עדי	18:00 L PILATES שירן
	10:00 L YOGA מור		18:45 L PILATES עדי	19:15 L QUINEX TRX תום	19:00 L SPINNING ברברה	19:15 L QUINEX TRX תום
	14:00 L BODY PUMP רון		19:45 L BODYCOMBAT עדי	19:30 L BODYPUMP אדה	19:50 L ZUMBA עדי	19:00 L BODY BALANCE מריאני
				20:35 L ZUMBA מריאני		20:10 L BODYPUMP מריאני

שבת	שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון
08:30 CXWORX CINEMA	06:10 CXWORX CINEMA	06:10 BODYBALANCE CINEMA	06:10 BODYPUMP CINEMA	06:10 BODYBALANCE CINEMA	06:10 BODYPUMP CINEMA	06:10 BODYBALANCE CINEMA
07:30 BODYPUMP CINEMA	07:20 BODYBALANCE CINEMA	07:30 BODYPUMP CINEMA	07:20 CXWORX CINEMA	07:20 BODYPUMP CINEMA	07:20 CXWORX CINEMA	07:20 CXWORX CINEMA
11:00 BODYBALANCE CINEMA	08:30 BODYPUMP CINEMA	12:00 BODYCOMBAT CINEMA	09:40 BODYPUMP CINEMA	09:40 BODYPUMP CINEMA	11:00 CXWORX CINEMA	21:15 CXWORX CINEMA
12:00 BODYCOMBAT CINEMA	11:45 BODYPUMP CINEMA	17:00 BODYBALANCE CINEMA	11:00 CXWORX CINEMA	11:00 CXWORX CINEMA	12:00 BODYBALANCE CINEMA	22:00 BODYBALANCE CINEMA
14:00 BODYPUMP CINEMA	12:45 BODYCOMBAT CINEMA		12:00 BODYBALANCE CINEMA	22:05 CXWORX CINEMA	17:00 CXWORX CINEMA	
15:00 CXWORX CINEMA			17:00 BODYBALANCE CINEMA		22:00 BODYBALANCE CINEMA	
			22:15 BODYCOMBAT CINEMA			

* אימון ילדים בתוספת תשלום

שיעור עם מאמן נוכח בסטודיו | **CINEMA** | שיעור מוקדן עם מאמן על מסך **L**

* שיעורי LESMILLS BASIC הגיעו לאיקון! ההקרנה לפי דרישה על בסיס מקום פנוי. השעורים הנם 30 ד'.

* הרשמה לשיעורים החיים נפתחת 24 שעות לפני כל שיעור, באתר. לשינויים: נא להתעדכן באתר ובאפליקציה.
* שיעורי RPM (ספינינג) וירטואליים מתקיימים לאורך כל שעות פעילות המועדון. נא להתעדכן באפליקציה.